



**club alpin français**  
Ile-de-France

### **Sentier des bouquetins**

5-7 juillet 2014, 14-RW44

Organisation Xavier Langlois

Niveau physique soutenu, technique ▲▲

5 participants

Budget 298 euros (transport compris)

Accord obligatoire

### **Présentation**

Trois jours de balade estivale dans le Valais Suisse sur les traces du Chamonix Zermatt, un parcours varié avec un barrage d'altitude et son lac, une réserve naturelle sa faune et sa flore et une dernière journée dans les aiguilles rouges d'Arolla.



### **Programme**

Vendredi 4 juillet : Départ en car couchettes de Porte d'Orléans vers 21h.

Samedi 5 juillet :

D'Euseigne, nous remontons le val des Dix via les forêts en direction du plus grand barrage poids du monde, nuit à la « cabane » de Prafleuri.

+1630 / -64 / 15 km

Dimanche 6 juillet :

Journée consacrée à la réserve naturelle du lac des Dix : des bouquetins, des chamois, des petites fleurs, voici 80 pages de présentation...

Col des Roux, pointe sud du lac, col de Riedmatten, descente sur Arolla. Nuit à l'hôtel.

+646 / -1278 / 14.4km

Lundi 7 juillet:

Départ d'Arolla montée vers la cabane des Aiguilles rouges et descente vers Satarma. Dîner au restaurant.

+852 / -1051 / 10.3km

Mardi 8 juillet : Retour sur Paris vers 5h30

Bureaux : 12 rue Boissonnade 75014 PARIS – Adresse postale : 5 rue Campagne Première 75014 PARIS

Téléphone : 01 42 18 20 00 – Télécopie : 01 42 18 19 29 – Courriel : [accueil@clubalpin-idf.com](mailto:accueil@clubalpin-idf.com)

Site internet : [www.clubalpin-idf.com](http://www.clubalpin-idf.com)

Association loi 1901, affiliée à la Fédération Française des Clubs Alpins et de Montagne

Agrément tourisme AG 075 95 0054 – Siret 784354 482 00043 – APE 926C

## Niveau

Niveau physique soutenu (la première journée un peu plus, la deuxième un peu moins), niveau technique peu difficile. Voir la définition des niveaux. Nous resterons trois jours entre 2000 et 2900 mètres d'altitude. Pour obtenir l'accord, prenez contact avec moi via le KiFaiKoi.

## Équipement

Chaussures de randonnée, crème solaire, couverture de survie, sifflet, frontale. Veste imperméable, gants, bonnets, lunette de soleil, gourde 2L, nourriture pour deux repas de midi (ravitaillement possible sur Arolla). Carte d'identité, carte CAF. Tout cela tient dans un sac à dos de 25 litres et moins de 8 kilos.

## Budget

Le budget comprend le transport, les hébergements et les repas sauf ceux de midi et celui du lundi soir.

**Des questions ?** Contactez moi via le "kifaikoi"



Village d'Arolla (2000)



Cabane des aiguilles rouges (2821)



Le programme n'est pas contractuel mais donnée à titre indicatif. L'organisateur se réserve le droit de le modifier notamment en fonction des conditions météorologiques ou de la forme du groupe.